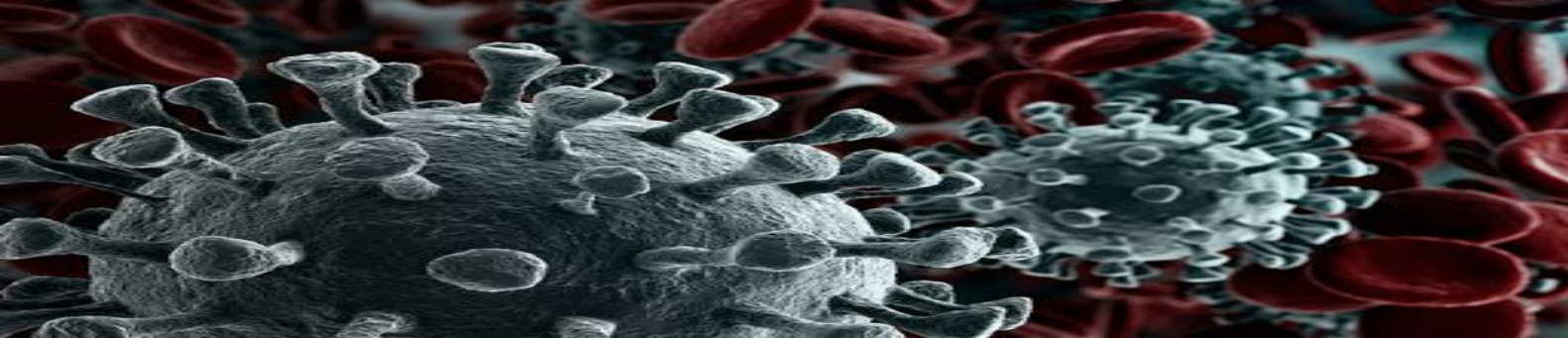


# CORONAVÍRUS

Essa cartilha tem por objetivo trazer informações que devem ser tomadas nesse momento de pandemia, trazendo os principais alertas para os estabelecimentos comerciais



**PREFEITURA MUNICIPAL DE ITUPEVA**  
**SECRETÁRIA MUNICIPAL DA SAÚDE**



## O que é o coronavírus?

Coronavírus (CID10) é uma família de vírus que causam infecções respiratórias que podem variar entre um resfriado comum a doenças mais graves.

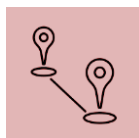
## Quais os principais sintomas identificados?

Os sintomas mais comuns do COVID-19 são febre, cansaço e tosse seca. Alguns pacientes podem sentir dor, congestão nasal, corrimento nasal, dor de garganta ou diarreia. Esses sintomas geralmente são leves e aparecem gradualmente. Algumas pessoas são infectadas, mas não apresentam sintomas e não estão doentes. A maioria das pessoas (cerca de 80%) se recupera da doença sem precisar de tratamento especial.

Segundo dados da OMS, cerca de 1 em cada 6 pessoas que recebem COVID-19 desenvolvem uma doença grave e têm dificuldade para respirar. Pessoas idosas e as que têm condições médicas subjacentes, como pressão alta, problemas cardíacos ou diabetes, têm maior probabilidade de desenvolver doenças graves.

## Como prevenir a disseminação do vírus?

Segundo o Ministério da saúde as principais medidas individuais para prevenção da contaminação, além da conscientização, são:



Evitar contato próximo com pessoas doentes. Em eventos abertos, recomenda-se que as pessoas mantenham distância de, pelo menos, um metro entre elas.



Lavar as mãos com frequência com água e sabão ou fazer a higienização com álcool em gel 70%.



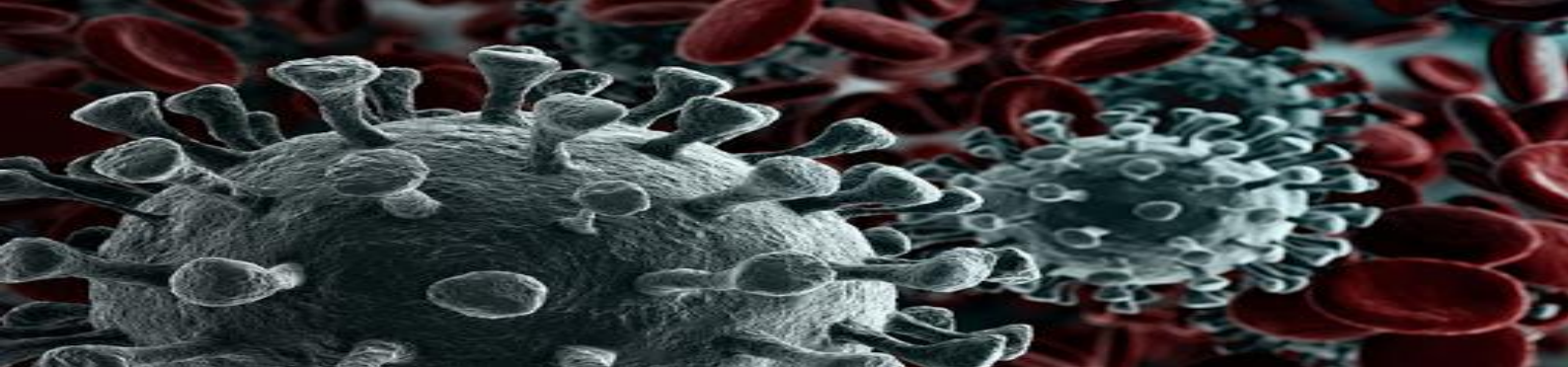
Cobrir o nariz e a boca com lenço ou com o braço sempre que tossir.



Evitar abraços, apertos de mãos e beijos no rosto.



Desinfetar objetos e superfícies tocados com frequência, como celulares, brinquedos, maçanetas, corrimões, mesas, computadores, vasos sanitários, descargas etc. são indispensáveis para a proteção contra o vírus. Recomenda-se a limpeza desses objetos a cada 2 horas. Grandes superfícies como chão, banheiros, equipamentos de ar condicionado devem esterilizados com desinfetante contendo cloro ativo ou solução de hipoclorito 1% no mínimo duas vezes ao dia.



Não compartilhar objetos de uso pessoal, como pratos, talheres, copos, toalhas, sabão e etc.



Evitar aglomerações e manter os ambientes bem arejados



Se estiver doente, evite contato físico com as demais pessoas e, se possível, permaneça em casa até melhorar.

## Como prevenir a disseminação do vírus no ambiente de trabalho?

Algumas orientações são essenciais como:

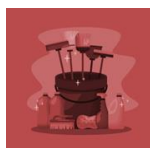
### 1. Medidas de higienização



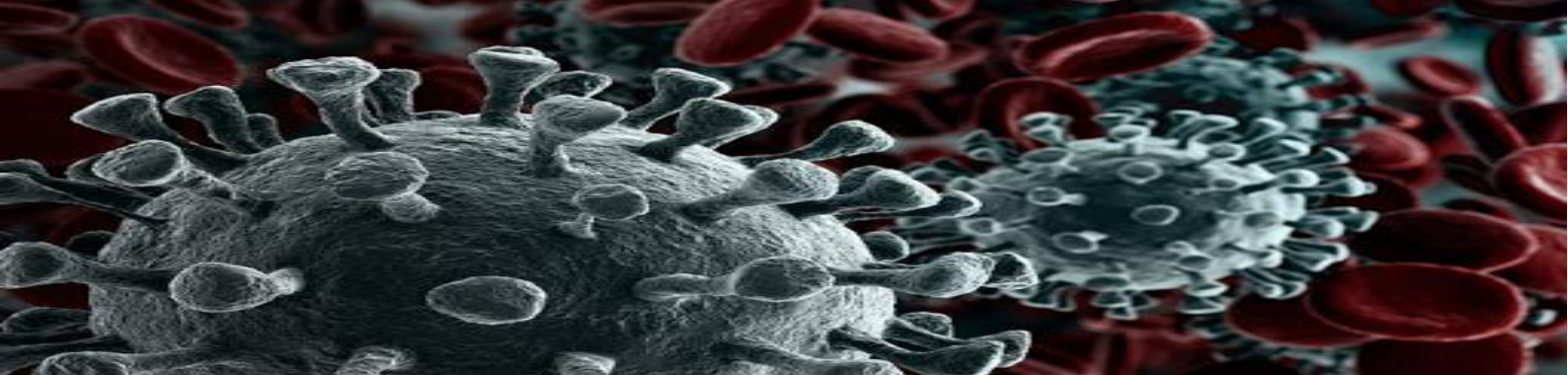
Lavar as mãos é um dos itens mais importantes para todos - desde o pessoal da cozinha, salão/atendimento e até os clientes. Cuide para que todos estejam informados sobre a importância de manter as mãos limpas e cuide para que as pias estejam abastecidas com sabão, papel-toalha e álcool 70%.



Álcool em gel - é outra maneira eficiente de manter as mãos higienizadas e evitar o contágio por contato. Se possível, disponibilize para os funcionários e clientes - manter um frasco de álcool gel 70% (o mais recomendado) perto dos pratos do bufê é uma boa iniciativa, por exemplo. Também é muito útil para os caixas e garçons, que não podem deixar o posto para lavar as mãos com frequência.



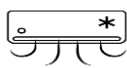
Promover limpeza frequente dos ambientes de trabalho, principalmente aqueles em que há mais contato (computadores, impressoras, banheiros, maçanetas, telefones, interruptores, mesas, bancadas, cadeiras e etc.). É dever do empregador manter o local salubre, inclusive orientando os empregados quanto aos procedimentos que devem tomar para evitar a disseminação do vírus. Recomenda-se a limpeza desses objetos a cada 2 horas. Grandes superfícies como chão, banheiros, equipamentos de ar condicionado devem esterilizados com desinfetante contendo cloro ativo ou solução de hipoclorito 1% no mínimo duas vezes ao dia. Importante! Nunca varrer superfícies a seco, pois este ato favorece a dispersão de microorganismos que são veiculados pelas partículas de pó. Utilizar varredura úmida é a melhor opção.



**Estimular a ventilação cruzada dos ambientes.** O coronavírus pode se espalhar com mais facilidade em ambientes fechados e com muitas pessoas. Deixar janelas abertas pode diminuir as chances de infecção.



**Higienizar pratos, copos e talheres** com cuidado e de maneira correta é essencial. O funcionário encarregado de manipular itens sujos deve usar luvas - ao retirar restos de alimentos, por exemplo. Ao disponibilizar talheres, pratos ou copos para os clientes é preciso seguir as boas práticas, também. O funcionário deve lavar bem as mãos antes de manipular os itens limpos e a maneira de ofertar pratos e talheres deve minimizar, se possível, os riscos de contato. Em restaurantes self-service, por exemplo, os talheres podem estar dentro de saquinhos de papel. No *a la carte*, os itens devem ser colocados à mesa só na hora do serviço.



**Ar-condicionado** - Mantenha, se possível, o ambiente da cozinha e do salão bem ventilados. Verifique se o ar-condicionado está com os filtros limpos e manutenção em dia.

## **2. Medidas para conter a erradicação do vírus**



Estimular a comunicação interpessoal e interempresarial via recursos tecnológicos como reuniões online via skype, zoom, etc.



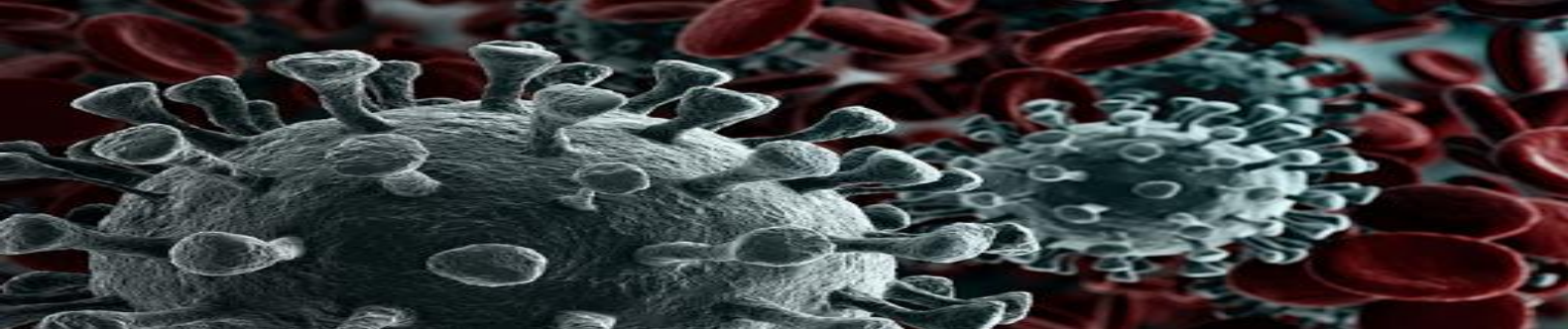
Evitar aglomerações de pessoas em um mesmo local. Se possível adiar viagens a trabalho, participação em eventos e reuniões presenciais que não sejam imprescindíveis. Também é importante disciplinar o distanciamento social (de pelo menos 2 metros) e a circulação de pessoas não relacionadas ao trabalho.

## **3. Reflexos nas relações trabalhistas**

### **Medidas prioritárias**



Empregados idosos ou inseridos em grupos de risco estão entre as maiores incidências de mortes pelo Covid-19. Portanto, é extremamente importante que as empresas sigam as seguintes orientações: A empresa deve colocar o funcionário com mais de 60 anos, ou pertencente ao grupo de risco, no sistema de home office ou liberá-lo para férias remuneradas. Se isso não for possível, o empregado deve ser orientado a ficar em casa, dispensado-se suas funções laborais, neste período de pandemia. O período que o empregado estiver em casa pode ser compensado, posteriormente, pelo trabalhador, por meio de banco de horas, décimo terceiro salário ou férias, priorizando essa ordem.



### Outras medidas



Havendo possibilidade, sugere-se a adoção de turnos diferentes e intercalados para organização da atuação dos empregados.

### **Comunicação é essencial**

Manter clientes e funcionários bem-informados sobre a doença é vital. Também vale reforçar a comunicação visual do estabelecimento, com avisos que indicam como lavar as mãos de modo correto, por exemplo. O site do **Ministério da Saúde** ([www.saude.gov.br](http://www.saude.gov.br)) traz notícias confiáveis sobre esta e outras doenças, além de materiais que auxiliam no esclarecimento da população.

## **PREFEITURA MUNICIPAL DE ITUPEVA** **Secretária Municipal da Saúde**

